

# BOULETTES de croustilles maïs aux lentilles et à l'emmental



De: Fromagerie l'Ancêtre    Temps de cuisson : 30 minutes

## Instructions

1:

Préchauffer le four à 350F.

2:

Mettre tous les ingrédients (sauf l'huile) dans un grand bol, puis assaisonner au goût de poivre et de piment de Cayenne.

3:

Bien mélanger avec les mains. Ajouter un peu plus de farine de maïs si le mélange n'est pas assez consistant pour faire des boulettes qui se tiennent assez bien.

4:

Façonner 24 boulettes, puis les déposer sur une grande plaque allant au four recouverte d'une feuille de papier d'aluminium huilée. Badigeonner les boulettes d'un peu d'huile.

5:

Cuire au four 30 minutes en les tournant à mi-cuisson.

6:

Servir comme plat de résistance, en sandwich ou en accompagnement avec des pâtes.

## Ingrédients

115 grammes

Croustilles de maïs écrasées finement

200 grammes

Fromage Emmental l'Ancêtre râpé finement

1 boîte de 540ml

Lentilles bien égouttées

2

Gros oeufs

6

Oignons verts tranchées

2

Gousses d'ail écrasées

1/3 tasse

Farine de maïs

1 cuillère à table

Moutarde de Dijon

1 cuillère à thé

Sel

1 à 2 cuillères à thé

Poudre de curry

2 à 3 cuillères à thé

Poudre de chili

Poivre noir

Piment de Cayenne

Huile Végétale